

ヨウ素欠乏

世界中で脳障害の原因となっているヨウ素欠乏は、予防が可能です。



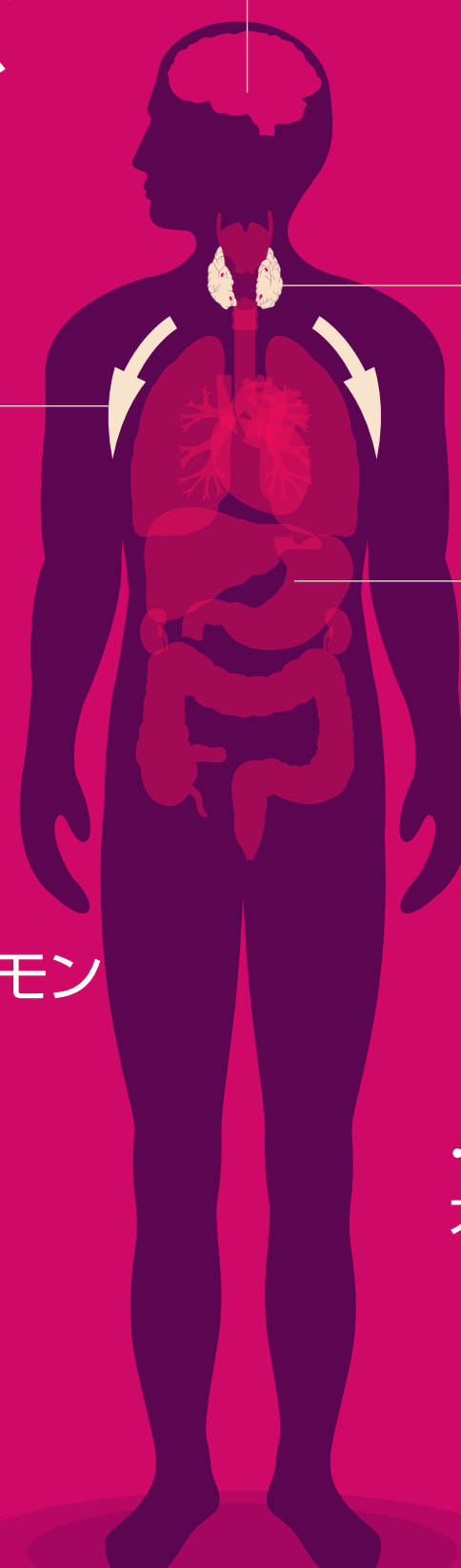
なぜヨウ素が必要なのか？

ヨウ素は幼少期の骨や脳の発達に欠かせないミネラルで、

甲状腺ホルモンの分泌を助けます。

甲状腺ホルモンは健康的な代謝や…

…体重の維持に不可欠です。



最もリスクが高いのは誰？

妊婦

妊娠中の女性は、十分な量のヨウ素をおなかの赤ちゃんに与えるために、妊娠していない女性よりもヨウ素を約50%以上も多く必要とします。

授乳中の女性

母乳で育てられる赤ちゃんはヨウ素を母乳から摂取します。母親が十分なヨウ素を摂取していないと、赤ちゃんがヨウ素欠乏になる可能性があります。

土壌中のヨウ素が欠乏している地域に住む人々

洪水、暴雨、氷河作用などの自然現象により、土壌中のヨウ素が激減する場合があります。土壌のヨウ素欠乏が生じると、そこで栽培される穀物や植物にも同じ影響が及ぶため、栄養源をこれらの作物に頼る人々にとってヨウ素の摂取が難しくなります。

十分に摂取しないとどうなるか？



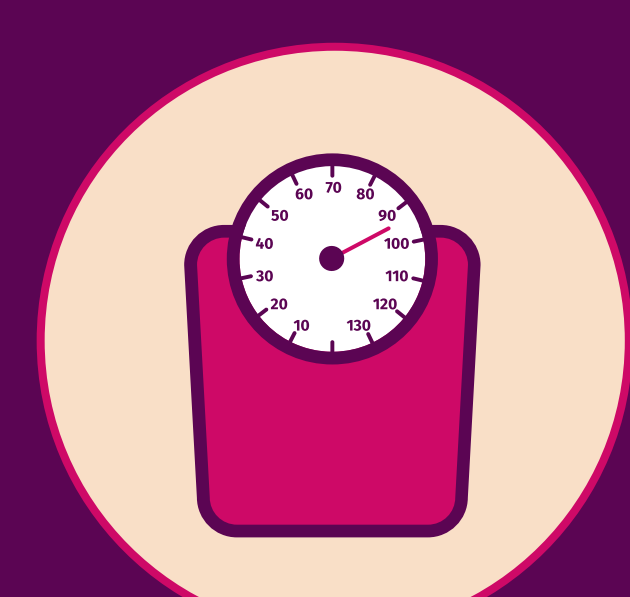
首の腫れ

最もよく見られるのは、甲状腺の肥大を原因とする首の腫れ（甲状腺腫）です。



IQの低下

ヨウ素欠乏は、子どもたちの認知発達障害において唯一、そして最大の予防可能な原因です。発育不全、協調運動障害、学校での成績不振を引き起こし、いずれの問題も生涯影響が残る恐れがあります。



体重の増加

代謝が低下して体重が増加することがあります。



死産のリスク

妊娠中のヨウ素の不足が深刻な場合、死産を引き起こしたり、流産、クレンチン症などの先天性異常、精神的、身体的な発育を著しく阻害したりする疾患などのリスクが増加する場合があります。特に、アフリカやアジアなどのヨウ素欠乏地域に住む人々がこの影響を受けています。



生産性の低下

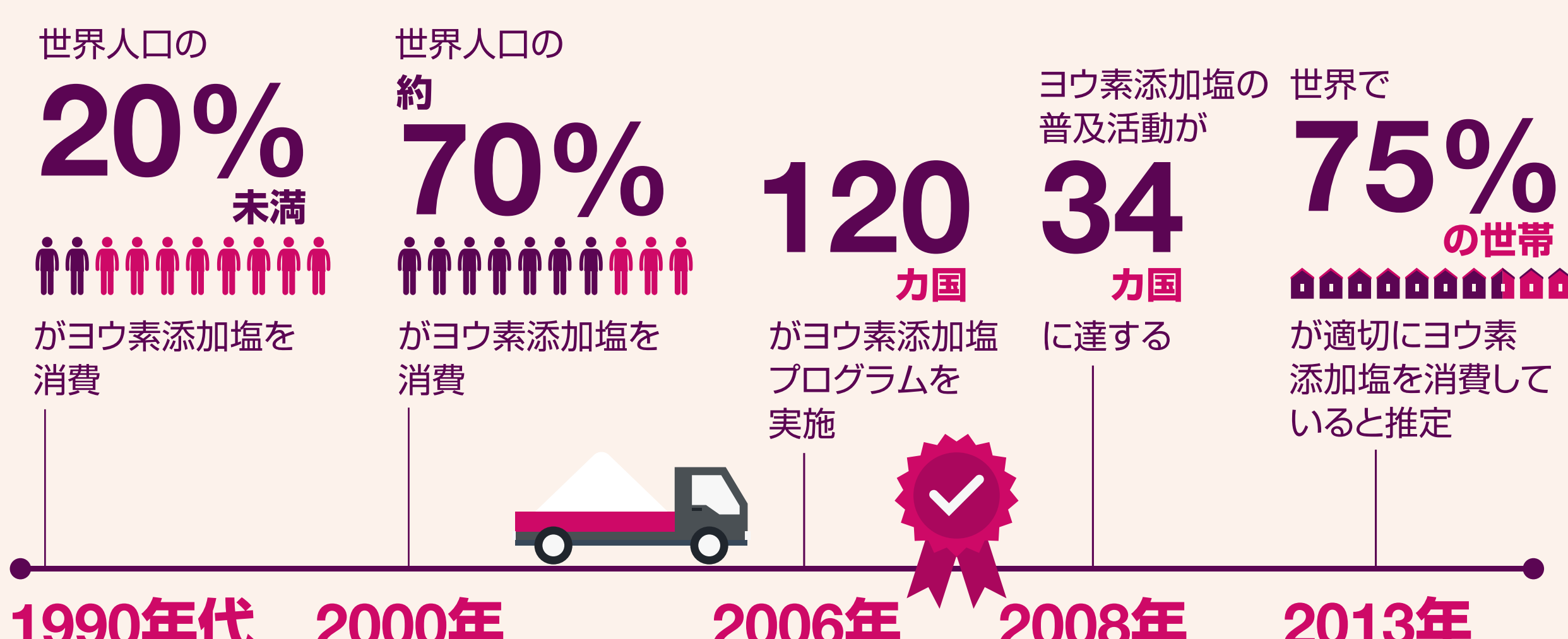
成人のヨウ素欠乏の影響には、精神機能障害、エネルギーや生産性の低下などがあります。

ヨウ素欠乏を公衆衛生上の問題とする国は半減しました

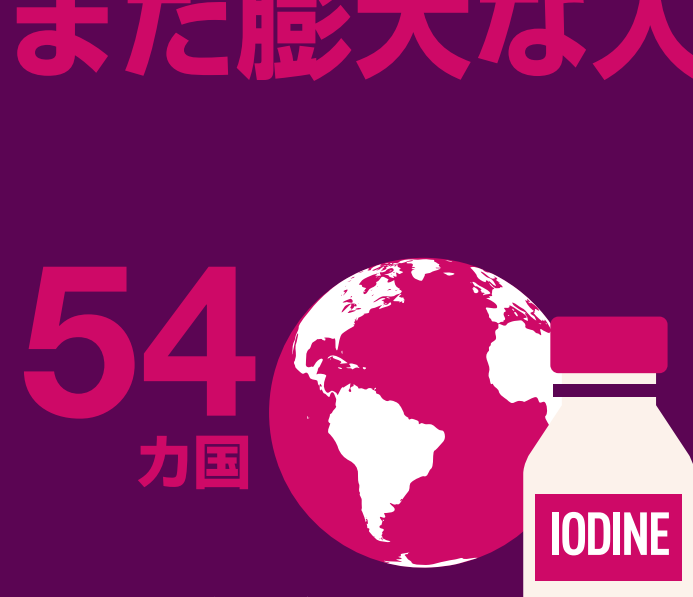


サクセスストーリー

国際機関や各国政府の主導によって、ヨウ素添加塩の普及活動が世界的に展開されました。これは20世紀の公衆衛生における大きな功績の1つです。



しかし最近の推定によると、まだ膨大な人数がリスクにさらされている



私たちが実施すべきことは？



ヨウ素添加塩の世界的な普及活動を継続します。世界保健機関によると、その一人あたりの年間コストはわずか

0.05ドル程度です。



海産物や乳製品など、ヨウ素を豊富に含んだ食品の消費を奨励します。



その他の食品のヨウ素強化を検討していきま。

世界銀行は、ヨウ素欠乏の予防に対する1ドルの投資が28ドルの生産性向上につながると推定しています。



ネスレの取り組みは？



*低所得者でも手の届く価格帯で高品質な栄養食品

ネスレの調理食品「マギー」にはヨウ素添加塩が使用されており、2014年にはブイヨン、調味料、ヌードルで約
1,110億
サービングの微量栄養素強化食品を供給しました。

出典

- Iodine deficiency disorders www.who.int/nutrition/topics/idd/en/
- Iodine deficiency in Europe: A continuing public health problem www.who.int/nutrition/publications/VMNIS_Iodine_deficiency_in_Europe.pdf
- Iodine Deficiency Disorders and Universal Salt Iodisation: South Asia Priorities www.unicef.org/rosa/Iodine.pdf
- Iodine Fact Sheet for Consumers <https://ods.od.nih.gov/factsheets/Iodine-Consumer/>
- Micronutrients - Iodine, Iron and Vitamin A www.unicef.org/nutrition/index_iodine.html
- Nestlé commitment: Help reduce the risk of undernutrition through micronutrient fortification <http://www.nestle.com/csv/nutrition/micronutrient-fortification>
- Sustainable Elimination of Iodine Deficiency www.unicef.org/iran/Sustainable_Elimination_of_Iodine_Deficiency_053008%281%29.pdf
- United call to action on vitamin and mineral deficiencies www.unitedcalltoaction.org/documents/Investing_in_the_future.pdf